



INTERNATIONAL

**JOURNAL of HUMAN STUDIES**

Uluslararası İnsan Çalışmaları Dergisi

ISSN: 2636-8641

Cilt/VOLUME 7 Sayı/ISSUE 14 Yıl/YEAR: 2024 ALINDI/RECEIVED: 06-11-2023 – KABUL/ACCEPTED: 29-12-2024

## Çalışan Kadınlarda Mental İyi Oluş: İnsana Yakışır İşe Sahip Olmanın Yordayıcı Etkisi

*Mental Well-Being in Working Women: The Predictive Effect of Having a Decent Job*

Osman SÖNER<sup>1</sup> | Ramazan ŞEN<sup>2</sup> | Muzaffer KARAASLAN<sup>3</sup> | Harun ÖLÇÜCÜOĞLU<sup>4</sup>  
| Zeki KÜÇÜK<sup>5</sup> | Gökhan AYDIN<sup>6</sup>

### Abstract

This study used a predictive correlational model to determine how working women's having a decent job predicts their mental well-being. The research population consists of women residing in different districts of Istanbul and working in any job. A similar case-

### Öz

Bu araştırmada çalışan kadınların insana yakışır işe sahip olmalarının mental iyi oluşlarını yordama düzeyinin belirlenmesi amacıyla yordayıcı korelasyon model kullanılmıştır. Araştırmada çalışma grubunu kolay ulaşılır örnekleme yöntemiyle

<sup>1</sup> Osman SÖNER, Dr.Öğr.Üyesi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, osmansoner02@hotmail.com, 0000-0001-9741-5357

<sup>2</sup> Ramazan ŞEN, Uzman, Kahta İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü, Müdür Yardımcısı, benusen4463@gmail.com, 0000-0002-2628-0982

<sup>3</sup> Muzaffer KARAASLAN, Uzman, Kahta İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü, Okul Müdürü, karaaslangenger02@gmail.com, 0009-0004-3766-4625

<sup>4</sup> Harun ÖLÇÜCÜOĞLU, Uzman, Aylağı Ortaokulu, Okul Müdürü, harunolcucuoglu42@gmail.com, 0000-0002-9981-9299

<sup>5</sup> Zeki KÜÇÜK, Uzman, Arnavutköy İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü, Okul Müdürü, poyraz3333333@hotmail.com, 0009-0007-1575-7320

<sup>6</sup> Gökhan AYDIN, Uzman, Arnavutköy İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü, Müdür Yardımcısı, gokhanaydin03@hotmail.com, 0009-0001-3684-3865

sampling method was used in the research. 'Demographic Information Form,' 'Mental Well-Being Scale,' and 'Dignified Work Scale' developed by the researchers were used as data collection tools. The study data was collected online via Google Forms. Standard multiple regression analysis was performed to determine the level of prediction of mental well-being by decent work sub-dimensions. As a result of the study, it was seen that mental well-being did not differ significantly according to economic income status. In addition, it has been determined that the decent work levels of working women differ significantly from working women according to monthly income. Again, it was observed that there was a low-level positive significant relationship between women's mental well-being and physical and relational safe working conditions, access to health services, and decent work in total. In other words, as safe working conditions, access to health services, and decent work levels increase for working women, their mental well-being also increases. Among the decent work sub-dimensions, physical and relationally safe working conditions, access to health services, harmony between institutional values and family and social values, adequate wages, and free time and rest have been found to predict mental well-being significantly. Suggestions were made based on the findings.

**Keywords:** *Decent work, work women, mental well-being.*

ulaşmıştır. Veri toplama araçları olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen 'Demografik Bilgi Formu', 'Mental İyi Oluş Ölçeği' ve 'Saygın İş Ölçeği' kullanılmıştır. Çalışmanın verileri Google form aracılığıyla çevrimiçi ortamda toplanmıştır. Mental iyi oluşun insana yakışır iş alt boyutları tarafından yordanma düzeyini belirlemek için çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda çalışan kadınların mental iyi oluşlarının ekonomik gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Bunun yanı sıra çalışan kadınların insana yakışır iş düzeylerinin çalışan kadınlardan aylık gelire göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı saptanmıştır. Yine kadınların mental iyi oluşları ile fiziksel ve ilişkisel güvenli çalışma koşulları ve sağlık hizmetlerine erişim ve insana yakışır iş toplam arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Başka bir ifadeyle, çalışan kadınlar için güvenli çalışma koşulları, sağlık hizmetlerine erişim ve insana yakışır iş düzeyi arttıkça mental iyi oluşları da artmaktadır. İnsana yakışır iş alt boyutlarından fiziksel ve ilişkisel güvenli çalışma koşulları, sağlık hizmetlerine erişim, kurumsal değerlerle ailevi ve sosyal değerlerin uyumu, yeterli ücret ve boş zaman ve dinlenmenin mental iyi oluşu anlamlı bir şekilde yordadığı saptanmıştır. Elde edilen bulgulardan yola çıkarak önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** *İnsana yakışır iş, çalışan kadın, mental iyi oluş*

## Giriş

İş kavramı, çalışanlar için yalnızca bir gelir kaynağı değil, aynı zamanda topluma entegrasyonun önemli bir yolu olarak sosyal bir boyuta sahiptir (Ariza-Montes vd., 2019). İnsanlar, Bustillo ve diğerlerinin (2011) belirttiği gibi, yalnızca geçimlerini sağlamak için değil, aynı zamanda yaşamlarının kalitesini artırmak için de çalışırlar. Bu bağlamda, çalışma yaşamının kalitesi, genel yaşam kalitesinin temel bir unsuru olarak öne çıkar. İnsanların yaşam kalitesi, çalıştıkları işin insana yakışır nitelikte olmasıyla doğrudan ilişkilidir. İnsana yakışır iş kavramı ilk ortaya atıldığı tarih 1999 yılında ortaya çıkmıştır. İlk defa 87. Uluslararası Çalışma Konferansı'nda yer alan rapor ile insana yakışır iş kavramı çalışma hayatına girmiştir (Palaz, 2005). İnsana yakışır iş alan yazında bir profesyonelin üretken ve tatmin edici bir faaliyet sürdürmesine olanak tanıyan, kişisel ve mesleki gelişim fırsatları sunan, bireye saygı ve kabulle davranıldığı, ifade özgürlüğüne sahip, kazanç elde ettiği bir işe yönelik kavramsallaştırması (Ferraro vd., 2018); küreselleşme ile ortaya olumsuz yapıların çalışma hayatında olan bireyleri gün geçtikçe olumsuz etkileyen çalışma ve iş koşullarının düzeltilmesi için gösterilen değişim çabası (Kılıç, 2009); bireylerin kendi onurlarına uygun bir ortamda çalışması, iş sağlığı ve güvenliği ile ilgili işverenin gerekli önlemleri alması, sendikal savunma hakkının olduğu, yapılan işin karşılığının eksiksiz alındığı bir ortamda çalışmadır (Palaz, 2005). Genel olarak insana yakışır iş kavramı, bireylerin saygı ve ifade özgürlüğü içinde, onurlarına uygun, güvenli, tatmin edici ve gelişim fırsatları sunan çalışma koşullarında, hak ettikleri kazancı elde ettikleri bir iş olarak tanımlanabilir.

İnsana yakışır iş kavramı ile Dünya Çalışma Örgütü'nün (ILO) eyleminin altında yatan dört ana değer olan özgürlük, eşitlik, güvenlik ve insan onuru arasındaki yakınsamayı görebiliriz (Wicaksono ve Priyadi, 2016). Dolayısıyla bu değerler iş-yaşam dengesi, kariyer yönetimi, işsizlik, katılım ve ücretlendirme gibi kavramları içermektedir (Ferraro vd., 2018). İnsana yakışır iş, bireylerin refahını doğrudan etkileyebilir ve dolaylı olarak bireylerin hayatta kalma, sosyal katkı ve kendi kaderini tayin etme ihtiyaçlarını karşılayarak refaha ulaşmalarına izin verebilir (Duffy vd., 2016). Alan yazında bulunan araştırmalara bakıldığında, insana yakışır işin yalnızca çalışanların iş tatmini ve yaşam tatmini üzerinde olumlu bir etkiye sahip olmadığını (Chen vd., 2020), aynı zamanda çalışanların işin anlamını algılamasını da sağlayabildiğini göstermektedir (Allan vd., 2019). İnsana yakışır iş tarafından karşılanan üç tür ihtiyaç tatmininin, çalışan refahının üç boyutuyla tutarlı olduğu görülebilir. Özellikle, insana yakışır iş, yeme-içme, barınma, sağlık bakımı gibi başka kaynaklar için yeterli ücret sunarak çalışanların hayatta kalma ihtiyaçlarını karşılayabilir ve bu da onların yaşam refahını artırır (Blustein vd., 2016). Buna ek olarak, insana yakışır iş, çalışanların işyerinde meslektaşlarıyla sosyal bağlar kurması ve başkalarına katkıda bulunması için de önemli bir yoldur ve bu da onların işyeri refahını yükseltir (Autin vd., 2019). Bu kavram genel olarak bireylerde psikolojik perspektifi, işin bireylerin refahı, psikolojik sağlığı ve kimliği üzerindeki etkisine odaklanır (Blustein, Masdonati ve Rossier, 2017; Blustein vd., 2016; Pouyaud, 2016). Bu durum insana yakışı işe sahip olmanın psikolojik yönünün önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca alan yazında yer alan çalışmalar insana yakışır iş kavramının, bireylerin refahını artırarak psikolojik iyi oluşa katkıda bulunabileceğini göstermektedir. Bu bağlamda, insana yakışır iş ile bireyin kendini gerçekleştirme, sosyal bağlar kurma ve yaşamdan memnuniyet duyma gibi unsurlar üzerinden mental iyi oluş arasındaki ilişki dikkat çektiği söylenebilir.

Tarih boyunca mental iyi oluş kavramı felsefenin temel temalarından biri olmuştur (Ryff ve Singer, 1998). Binlerce yıldır mental iyi oluşa ilişkin felsefi yaklaşımlar bulunsa da bu kavrama ilişkin psikolojik araştırmalar son yıllarda artmaktadır (Ryff ve Singer, 1998). Özellikle postmodernizmle birlikte 1960'lı yıllardan sonra psikolojik gelişim ve sağlığa olan ilgi artmıştır (Ryan ve Deci, 2000). Psikolojinin psikopatolojiye ilişkin çalışma alanı, iyi oluşun anlaşılmasına (Diener, 1984) ve iyi oluşun nasıl geliştirilebileceğine kaymıştır (Cowen, 1991). Mental iyi oluş, kişinin olumlu bir kendilik algısı oluşturması ve özerk davranışlar geliştirerek kendini gerçekleştirmesi (Keldal, 2015); bireyin ruh sağlığının iyi olması (Yılmaz ve Büyükcebeci, 2019); kişinin aktif yaşantılarıyla mutluluk yaşarken haz alması (Kayış ve Satıcı, 2019); bireyin kişisel duygularını değerlendirmesi sonucunda olumlu duygu durumun olumsuz duygudurumlardan daha yoğun yaşanması hali (Kiremitçi, 2016); kişinin yaşamının bütününe yönelik olumlu duygulara sahip olması (Veenhoven, 1984); kişilerin karşılaştıkları durum ve olaylara ilişkin pozitif düşüncelere sahip olarak yaşam doyumu sağlaması (Diener, 1994); kişinin en yüksek potansiyelini kullanarak kendini gerçekleştirmesi (Ryff, 2016); kişinin kendi hayatına ilişkin pozitif duygu ve düşünceye sahip olması (Myers ve Diener, 1995); kişinin bulunduğu çevreyle etkileşim kurarken, hedeflerini gerçekleştiren, sürekli kendini geliştiren mücadeleci bir durumdur (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002).. Mental iyi oluş iki bileşenden oluşur: (1) hedonik iyi oluş (mutluluk, yaşam memnuniyeti ve hayata ilgi) (Westerhof ve Keyes, 2010) ve eudaemonik iyi oluş (optimum psikolojik işlevsellik, başkalarıyla olumlu ilişkiler ve kişisel gelişim) (Manderscheid vd., 2010). Hedonik iyi oluş, bireyin mutluluk, yaşam memnuniyeti ve hayata karşı ilgi duyması gibi olumlu duygusal deneyimlerini ifade eder (Westerhof ve Keyes, 2010). Eudaemonik iyi oluş ise, bireyin optimum psikolojik işlevsellik göstermesi, başkalarıyla olumlu ilişkiler kurması ve kişisel gelişimini sürdürmesi anlamına gelir (Manderscheid vd., 2010). Genel olarak mental iyi oluş, bireyin mutluluk ve yaşam memnuniyeti gibi hedonik unsurlar ile optimum işlevsellik, olumlu ilişkiler ve kişisel gelişimi içeren eudaemonik boyutları kapsayarak psikolojik sağlığı ve kendini gerçekleştirmeyi destekleyen çok boyutlu bir kavram olduğu söylenebilir.

Mental iyi oluşu etkileyen faktörler; bireyin olumlu duyguları ve deneyimleri olmanın yanı sıra, mental iyi oluş düzeyini ve gelişimini etkilediği düşünülen başka faktörlerde vardır. Bunlar; genetik, kişilik, yaşam koşulları ve istedik faaliyetlerdir (Lyubomirsky, King ve Diener, 2005). Mental iyi oluş kavramsal olarak kişilerde bedensel ve zihinsel bileşenleri kapsadığı ve bu durumun bireysel ve toplumsal hayatı kapsadığı söylenebilir (Stewart-Brown, 2013). Bu noktada kişilerin yaşamlarında huzurlu olmaları, mutlu olmaları ve yaşama olan bağlılıklarının mental iyi oluşun bileşenleri olduğu söylenebilir. Bunun yanı sıra bireyin bilişsel yaşamının olumlu tarafını temsil eden bu kavram, kişilerin sadece fiziksel anlamda iyi olma halleriyle değil aynı zamanda neden-sonuç ilişkisinin toplumsal iyi oluşları ile de ilişkilidir (Demirtaş, 2016). Bu durum mental iyi oluşun kişisel ve çevresel koşullardan etkilendiğini göstermektedir. Mental iyi oluş düzeyi yüksek olan kişilerin bazı belirgin özellikleri vardır. Bu bireyler öz kontrolleri yüksek, kararlarını mantık çerçevesinde değerlendirir, duygu ve düşüncelerini yönetebilen, başka kişilerle doğru iletişim kurabilen ve öz benliği yüksek olan kişilerdir (McCrea, 2009).

Türkiye’de mental iyi oluş ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında lise öğrencileri (Söner ve Yılmaz, 2018), öğretmenler (Söner ve Yılmaz, 2019; Uysal, 2022), zihinsel yetersizliğe sahip olan anneler (Şahin, 2019), üniversite öğrencileri (Şahin Baltacı vd., 2023; Yılmaz, 2022), genç yetişkinler

(Gürkan ve Gür, 2019), huzurevinde kalan yaşlılar (Demirci ve Anlı, 2022), sporcular (Karakaş ve Acar, 2023) üzerine araştırmalar yapıldığı görülmüştür. Alan yazında çalışan kadınlara yönelik herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yine insana yakışır ile ilgili Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında mevsimlik tarım işçileri (Aslan, 2020), göçmen işçiler (Gültaç, 2023), alışveriş merkezi çalışanları (Başol ve Saruhan, 2018); kırsal kesim çalışanları (İçöz, 2023), medikal şirketi çalışanları (Bayram, 2022), meslek ve teknik lise öğrencileri (Büyükçolpan, 2023) üzerinde yapıldığı görülmüştür. Bu çalışmalar çalışan kadınlar üzerinde herhangi bir çalışma olmadığını göstermektedir. Alanyazında bulunan araştırmalar dikkate alınarak bu çalışmanın, çalışan kadınların mental iyi oluş ve insana yakışır iş düzeyleri arasındaki ilişkiye dair de herhangi bir çalışma olmamasından dolayı alanda çalışan farklı paydaşlara yol gösterici olacağı varsayılmaktadır. Yine yapılan bu araştırmanın çalışan kadınların mental iyi oluşlarına yönelik ilerleyen zamanlarda planlanacak çalışma ve projelerin tasarlanması noktasına yardımcı olacağı düşünülmektedir. Bu noktada çalışmanın soruları şu şekilde belirlenmiştir;

1. Çalışan kadınların mental iyi oluş ve insana yakışır iş düzeyleri ekonomik gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
2. Çalışan kadınların mental iyi oluşları ve insana yakışır iş düzeyleri anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Çalışan kadınların insana yakışır iş düzeylerinin mental iyi oluşlarını anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

## Yöntem

### Araştırma Deseni

Bu araştırmada çalışan kadınların insana yakışır işe sahip olmalarının mental iyi oluşlarını yordama düzeyinin belirlenmesi amacıyla yordayıcı korelasyonel model kullanılmıştır. Yordayıcı korelasyonel model çalışmalarda araştırılan sürekli değişkenler arasındaki korelasyonel ilişkiler incelenerek belirlenen değişkenlerden birinin başlangıç değişkeni olarak belirlenip bir diğer değişkenin açıklanmaya çalışıldığı modeldir. Bu modelde açıklayan değişken yordayan açıklanan değişken ölçüt değişken olarak tanımlanır (Büyüköztürk vd., 2023). Bu çalışmada yordayan değişken insana yakışır iş olarak belirlenirken ölçüt değişken mental iyi oluş olarak belirlenmiştir.

### Çalışma Grubu

Bu araştırmanın evrenini İstanbul ilinin farklı ilçelerinde herhangi bir işte çalışan kadınlar oluşturmaktadır. Araştırmada benzeşik durum örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu araştırmada araştırmanın çalışma grubu amaçlı örnekleme yöntemlerinden benzeşik örnekleme yöntemi (Patton, 2014) evrenden araştırmanın problemine yönelik benzeşik bir alt grubun veya durumun seçilere verilerin toplanmasıdır (Büyüköztürk ve ark., 2023). Araştırmanın çalışma grubunu bu çalışmaya istekli ölçme araçlarını doldurmayı kabul eden ve bilgilendirilmiş onamı imzalayan 230 çalışan kadın oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan katılımcıların sahip oldukları çocuk açısından %9.6’sı 1 çocuk, %31.7’si 2 çocuk, %38.3’ü 3 çocuk, %13.9’u 4 çocuk ve %6.5’i 5 çocuk sahibi; aylık ekonomik gelir açısından %28.7’sinin aylık ekonomik geliri 0-5000 TL arası, %57.4’ü 5000-10000

TL arası ve %13.9'u 10000 TL ve üstü ve son olarak araştırmaya katılan çalışan kadınların İstanbul'a geldikleri coğrafi bölge açısından %27.4'ü Karadeniz, %37.4'ü doğu Anadolu bölgesi, %7.4'ü Güneydoğu Anadolu, %3.9'u Akdeniz, %1.7'si Ege, %17.4'ü Marmara bölgesi, ve %4.8'i iç Anadolu bölgesinden İstanbul iline geldikleri saptanmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan çalışan kadınların yaş ortalamasının ise 38.47 olduğu görülmüştür.

**Tablo 1.** Çalışma Grubunun Kişisel Özellikleri

	N	%
<b>Çocuk Sayısı</b>		
1 Çocuk	22	9.6
2 Çocuk	73	31.7
3 Çocuk	88	38.3
4 Çocuk	32	13.9
5 Çocuk	15	6.5
<b>Ekonomik Gelir</b>		
0-5000 TL Arası	66	28.7
5000-10000 TL Arası	132	57.4
10000 TL ve Üstü	32	13.9
<b>Bulunduğu Şehre Geline Coğrafi Bölge</b>		
Karadeniz Bölgesi	63	27.4
Doğu Anadolu Bölgesi	86	37.4
Güneydoğu Anadolu Bölgesi	17	7.4
Akdeniz Bölgesi	9	3.9
Ege Bölgesi	4	1.7
Marmara Bölgesi	40	17.4
İç Anadolu Bölgesi	11	4.8

### Kullanılan Ölçme Araçları

Bu çalışmada veri toplama araçları olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen 'Demografik Bilgi Formu', 'Mental İyi Oluş Ölçeği' ve 'Saygın İş Ölçeği' kullanılmıştır.

**Demografik Bilgi Formu:** Araştırmacılar tarafından çalışan kadınların yaş, çocuk sayısı, ekonomik gelir ve bulunduğu şehre hangi coğrafi bölgeden geldiğine dair soruların bulunduğu formdur.

**Mental İyi Oluş Ölçeği:** Bu ölçek kişilerin mental iyi oluş durumlarını belirlemek için oluşturulmuştur (Tennant vd., 2007). Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Keldal (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması 16-70 yaş aralığından kişiler üzerinde yapılmıştır. Ölçek 14 maddeden oluşmakta olup ölçekten alınan puan arttıkça mental iyi oluşta artmaktadır. Ölçeğin Türkçe 'ye uyarlanması yapılan doğrulayıcı faktör analizinde tek boyutlu modelin iyi uyum verdiği



görülmüştür ( $\chi^2= 271.55$ ,  $sd= 73$ ,  $NFI= .94$ ,  $RFI= .93$ ,  $CFI= .96$ ,  $RMR.054$ ). Ölçeğin madde toplam korelasyon katsayıları .55 ile .82 arasında olduğu saptanmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlamasında Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .92 bulunmuştur. Ölçeğin mevcut çalışmada Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısına tekrar bakılmış ve .88 olarak bulunmuştur.

**Saygın İş (İnsana Yakışır İş) Ölçeği:** Bu ölçek Duffy ve diğerleri (2017) tarafından kişilerin saygın bir sahibi olma düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Buyukgoze-Kavas ve Autin (2019) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek yetişkin bireyler üzerinde geliştirilmiştir. Ölçek fiziksel ve ilişkisel güvenli çalışma koşulları, sağlık hizmetlerine erişim, yeterli ücret, boş zaman ve dinlenme, kurumsal değerlerle ailevi ve sosyal değerlerin uyumu olmak üzere beş alt boyutu ve 15 maddesi bulunmaktadır. Ölçeğin madde toplam korelasyon katsayıları .66 ile .98 arasında olduğu saptanmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlamasında Cronbach iç tutarlılık katsayısı .80 olarak bulunmuştur. Ölçüm değişmezliğini test etmeye yönelik yapısal, metrik ve skaler modeller gruplar arasında test edildi. Cinsiyete [ $CFI= .98$ ,  $TLI= .97$ ,  $RMSEA= .03$ ,  $SRMR= .04$ ] ve gelir durumuna [ $CFI= .98$ ,  $TLI= .98$ ,  $RMSEA= .02$ ,  $SRMR= .04$ ] ilişkin uyum iyiliği değerlerine bakılmış ve bu değerlerin iyi uyum sergilediği bulunmuştur. Yapısal değişmezlik için çoklu grup modeli testinin sonuçlarına dayanarak, ölçeğin önerilen faktör yapısının cinsiyet, gelir ve sosyal sınıfa göre değişmez olduğu sonucuna varılmıştır. Ölçeğin mevcut çalışmada Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısına tekrar bakılmış ve .76 olarak bulunmuştur.

### Verilerin Toplanması ve Analizi

Bu çalışmanın verileri Google form aracılığıyla çevrimiçi ortamda toplanmıştır. Toplanan veriler SPSS 25.0 programına aktarılmıştır. Toplam 247 çalışan kadından veriler toplanmış ve uç değer olan 17 kişi list-wise deletion yöntemiyle belirlenmiş ve analizlerden çıkarılmıştır. Geri kalan verilerle öncelikle normallik sayılına bakılmış ve Tablo 1'de görüldüğü üzere verilerin +1.5 ve -1.5 aralığında normal dağılım sergilediği saptanmıştır (Kline, 2015). Daha sonra çalışan kadınların insana yakışır iş ve mental iyi oluşlarının ekonomik gelir değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının saptanması için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Gruplararası farklılığın belirlenmesi için de LSD testi uygulanmıştır. Çalışan kadınların mental iyi oluşlarının insana yakışır iş toplam ve alt boyutları arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Ayrıca mental iyi oluşun insana yakışır iş alt boyutları tarafından yordama düzeyini belirlemek için çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Çoklu regresyon analizi yapılmadan önce temel varsayımlar incelenmiştir (Can, 2018). Bu kapsamda öncelikle normallik sayılınsının sağlandığı görülmüştür. İkinci olarak otokorelasyon durumları incelenmiş ve bu kapsamda Durbin Watson-d değerine bakılmış ve bu değer 1.652 ile kabul edilebilir aralıkta olduğu görülmüştür (Field, 2005). Üçüncü olarak varyans büyütme faktörü ve tolerans değerlerine bakılmış ve tolerans değerlerinin .857-.750 aralığında kabul edilebilir aralıkta ve varyans büyütme faktörünün ise 1.160-1.334 aralığında 10'dan küçük olduğu saptanmıştır (Field, 2005). Regresyon analizi varsayımlarından dördüncü adımda yordayıcı ve yordanan değişkenler arasında korelasyonel ilişkiye bakılmıştır. Tablo 3'te görüldüğü üzere yordayıcı ve yordanan değişkenler arasında korelasyonel ilişkiler olduğu saptanmıştır.

**Tablo 2.** Çalışan kadınların mental iyi oluş ve insana yakışır iş düzeylerine yönelik betimsel analizleri

	Sayı	$\bar{x}$	Standart Sapma	Çarpıklık	Basıklık
1. Mental İyi Oluş	230	55.80	8.32	-.501	.460
2. Fiziksel ve İlişkisel Çalışma Koşulları	230	16.38	4.79	-.846	-.206
3. Sağlık Hizmetlerine Erişim	230	14.59	5.94	-.679	-.723
4. Kurumsal Değerlerle Ailevi ve Sosyal Değerlerin Uyumu	230	12.99	5.57	-.165	-1.004
5. Yeterli Ücret	230	9.94	4.79	.324	-.336
6. Boş Zaman ve Dinlenme	230	10.53	4.60	-.009	-.487
7. İnsana Yakışır İş Toplam	230	64.42	15.39	-.029	-.272

### Bulgular

Çalışan kadınların mental iyi oluş ve insana yakışır iş sahibi olma düzeyinin ekonomik gelir değişkenine farklılaşma durumunu incelemek için ANOVA testi yapılmıştır. Bu teste ilişkin bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 3.** Çalışan kadınların mental iyi oluş ve insana yakışır iş düzeylerinin ekonomik gelir düzeyi değişkeni açısından incelenmesi

		Kareler Toplam	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Mental İyi Oluş	Gruplararası	27,204	2	13,602	0,195	0,823	
	Gruplarıçi	15826,991	227	69,722			
	Toplam	15854,196	229				
İnsana Yakışır İş	Gruplararası	3197,841	2	1598,921	7,111	0,001	0-5000 TL<5000-10000 TL Arası, 10000 TL ve üstü
	Gruplarıçi	51038,250	227	224,838			
	Toplam	54236,091	229				

Çalışan kadınların mental iyi oluşlarının ekonomik gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür [ $F_{(2,227)}=.823$ ,  $p>.05$ ]. Bunun yanı sıra çalışan kadınların insana yakışır iş düzeylerinin ekonomik gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği görülmüştür [ $F_{(2,227)}=7.111$ ,  $p<.05$ ]. Buna yönelik yapılan LSD testi sonucuna göre çalışan kadınlardan aylık geliri 0-5000 TL arası olanların insana yakışır iş düzeylerinin ( $\bar{x}=60.21$ ) aylık geliri 5000-10000 TL arası ( $\bar{x}=64.60$ ) ve 10000 TL ve üstü ( $\bar{x}=72.38$ ) olanlardan anlamlı bir şekilde daha düşük olduğu saptanmıştır.



Çalışan kadınların mental iyi oluşları ve insana yakışır iş düzeyleri arasındaki ilişkinin saptanması için korelasyon analizi yapılmıştır. Bu analize ilişkin bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 4.** Çalışan kadınların mental iyi oluşları ve insana yakışır iş düzeyleri arasındaki korelasyonel ilişki

	1	2	3	4	5	6	7
<b>1. Mental İyi Oluş</b>	1						
<b>2. Fiziksel ve İlişkisel Güvenli Çalışma Koşulları</b>	.296**	1					
<b>3. Sağlık Hizmetlerine Erişim</b>	.290**	.406**	1				
<b>4. Kurumsal Değerlerle Ailevi ve Sosyal Değerlerin Uyumunu</b>	.104	.403**	.342**	1			
<b>5. Yeterli Ücret</b>	.047	-.005	.056	.080	1		
<b>6. Boş Zaman ve Dinlenme</b>	.076	.092	.113	.057	.360**	1	
<b>7. İnsana Yakışır İş Toplam</b>	.279**	.640**	.687**	.661**	.468**	.504**	1

\*\*p<.01

\*p<.05

Yapılan korelasyon analizi sonucunda çalışan kadınların mental iyi oluşları ile fiziksel ve ilişkisel güvenli çalışma koşulları ( $r = .296$ ,  $p < .01$ ) ve sağlık hizmetlerine erişim ( $r = .290$ ,  $p < .01$ ) ve insana yakışır iş toplam ( $r = .279$ ,  $p < .01$ ) arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Yani çalışan kadınlar için güvenli çalışma koşulları, sağlık hizmetlerine erişim ve insana yakışır iş düzeyi arttıkça mental iyi oluşları da artmaktadır. Bunun yanı sıra çalışan kadınların mental iyi oluşları ile kurumsal değerlerle ailevi ve sosyal değerlerin uyumu ( $r = .104$ ,  $p > .05$ ), yeterli ücret ( $r = .047$ ,  $p > .05$ ) ve boş zaman ve dinlenme ( $r = .076$ ,  $p > .05$ ) düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır.

Çalışan kadınların mental iyi oluşlarının insana yakışır iş alt boyutları tarafından yordanma düzeyinin belirlenmesi için standart çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Bu analize ilişkin bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 5.** Çalışan kadınların mental iyi oluşlarının insana yakışır iş tarafından yordanmasına ilişkin regresyon analizi bulguları

	B	Standart Sapma	$\beta$	T	p	İkili r	Kısmi R
(Sabit)	45,078	2,332		19,327	0,000		
1. Fiziksel ve İlişkisel Güvenli Çalışma Koşulları	0,409	0,125	0,235	3,263	0,001	0,296	0,213
2. Sağlık Hizmetlerine Erişim	0,298	0,098	0,213	3,032	0,003	0,290	0,199
3. Kurumsal Değerlerle Ailevi ve Sosyal Değerlerin Uyumunu	-0,100	0,105	-0,067	-0,959	0,338	0,104	-0,064
4. Yeterli Ücret	0,058	0,117	0,034	0,499	0,619	0,047	0,033
5. Boş Zaman ve Dinlenme	0,039	0,122	0,022	0,320	0,749	0,076	0,021

$R = .357$ ;  $R^2 = .127$ ;  $F_{(5,224)} = 6.546$ ;  $p = .000$

Tablo 4 incelendiğinde, çalışan kadınların mental iyi oluşları ile insana yakışır iş alt boyutlarından fiziksel ve ilişkisel güvenli çalışma koşulları, sağlık hizmetlerine erişim, kurumsal değerlerle ailevi ve sosyal değerlerin uyumu, yeterli ücret ve boş zaman ve dinlenme ile orta düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır,  $R = .357$ ,  $R^2 = .127$ ,  $p < .05$ . Bu noktada insana yakışır iş alt boyutlarından fiziksel ve ilişkisel güvenli çalışma koşulları, sağlık hizmetlerine erişim, kurumsal değerlerle ailevi ve sosyal değerlerin uyumu, yeterli ücret ve boş zaman ve dinlenme mental iyi oluştaki varyansın yaklaşık %13'ünü açıklamaktadır. Yordayıcı değişkenlerin mental iyi oluş üzerindeki görece önem sırası: fiziksel ve ilişkisel güvenli çalışma koşulları, sağlık hizmetlerine erişim, kurumsal değerlerle ailevi ve sosyal değerlerin uyumu, yeterli ücret ve boş zaman ve dinlenmedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, fiziksel ve ilişkisel güvenli çalışma koşulları ve sağlık hizmetlerine erişimin mental iyi oluş üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu saptanmıştır. Ayrıca kurumsal değerlerle ailevi ve sosyal değerlerin uyumu, yeterli ücret ve boş zaman ve dinlenmenin mental iyi oluş üzerinde anlamlı yordayıcı olmadıkları görülmüştür.

### Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada çalışan kadınların insana yakışır işe sahip olma düzeylerinin mental iyi oluşlarını yordama düzeyinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca çalışan kadınların mental iyi oluş ve insana yakışır iş düzeylerinin ekonomik gelir durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığının tespit edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda mental iyi oluşun ekonomik gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır. Alan yazında yer alan çalışmalar incelendiğinde Jorgensen, Jamieson ve Martin (2010) yapmış olduğu çalışmada mental iyi oluşun ekonomik gelir durumuna anlamlı bir şekilde farklılaşmadığına dair bulgunun araştırma sonuçlarıyla örtüşmektedir. Yine

Eroğlu (2013) yapmış olduğu çalışmada psikolojik iyi oluşun gelir düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığının bulunması araştırma sonuçlarıyla örtüşmektedir. Son olarak Öztürk (2022) yapmış olduğu çalışmada mental iyi oluşun gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığının saptanması araştırma sonuçlarıyla örtüşmektedir. Bunun yanı sıra alan yazında mental iyi oluşun gelir durumuna göre farklılaştığına dair bulguların da olduğu görülmüştür (Ergin, 2020; Kaplan, Shema ve Leite, 2008; Kılınçoğlu, 2020; Syrén vd., 2020). Bu bulgular ise araştırma sonuçlarıyla örtüşmemektedir. Araştırmanın toplandığı kişilerin genellikle çalışıyor olsalar da düşük ücretle çalıştıklarından dolayı mental iyi oluşlarının farklılaşmadığı söylenebilir.

Çalışan kadınların insana yakışır iş düzeylerinin ekonomik gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı saptanmıştır. Çalışan kadınlardan aylık gelirleri arttıkça insan yakışır iş düzeyi algıları da artmaktadır. Alan yazında yer alan çalışmalar incelendiğinde Ahmed'in (2003) yapmış olduğu çalışmada ekonomik gelir arttıkça insana yakışır iş düzeyinin de arttığı bulunması araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir. Ekonomik gelir artışının insana yakışır iş düzeyini ve bireylerin refahını olumlu etkilediği, Bescond et al. (2003), vd. (2017) ve Kozan, Işık ve Blustein (2019) tarafından yapılan çalışmalarla tutarlılık göstermektedir. Ekonomik gelir durumu kişilerin sosyal yaşamını etkilediği söylenebilir. Bu noktada çalışan kadınların gelir durumu daha yüksek oldukça kendine olan güveninin arttığı ve bu durumun ise çalışan kadınların sosyal yaşamın içinde daha fazla yer almasını sağladığı söylenebilir. Ayrıca insana yakışır işe sahip olan çalışan kadınların toplum içinde kendilerini daha özgüvenli bir şekilde hareket etmesini sağlamaktadır. Bu durum insana yakışır işe sahip olan çalışan kadınların ekonomik gelirlerinin de buna bağlı olarak arttığından gelir durumunun değiştiği söylenebilir.

Çalışan kadınların mental iyi oluşları ile insana yakışır iş alt boyutlarından fiziksel ve ilişkisel güvenli çalışma koşulları, sağlık hizmetlerine erişim ve insana yakışır iş toplam arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bu durum, güvenli çalışma koşulları ve sağlık hizmetlerine erişimin artmasının kadınların mental iyi oluşlarını olumlu etkilediğini göstermektedir. Bununla birlikte, mental iyi oluş ile kurumsal değerlerle ailevi ve sosyal değerlerin uyumu, yeterli ücret ve boş zaman ile dinlenme düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Bu bulgular, güvenli ve sağlıklı çalışma koşullarının mental iyi oluş için daha belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır. Alan yazındaki çalışmalar incelendiğinde, farklı çalışma gruplarında iyi oluş ile insana yakışır iş arasında pozitif yönlü ilişkiler bulunmuş ve bu ilişkiler, araştırma bulgularını desteklemektedir (Ferrari, 2009; Guichard, 2013; Kozan, Işık ve Blustein, 2019; Paul ve Moser, 2009; Petrea, 2020; Swanson, 2012; Wan ve Cao, 2022; Wanberg, 2012). Bu sonuçlar, insana yakışır işin bireylerin mental iyi oluşunu artırmada önemli bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Özellikle fiziksel ve ilişkisel güvenli çalışma koşulları ile sağlık hizmetlerine erişimin mental iyi oluş üzerindeki etkisi, çalışanların iş yaşamı koşullarının iyileştirilmesinin önemini vurgulamaktadır.

## Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada çalışan kadınların mental iyi oluşları ve insana yakışır işe sahip olma düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve mental iyi oluşun ve insana yakışır işin ekonomik gelir durumunu göre farklılaşıp farklılaşmadığı belirlenmiştir. Bu durum çalışan kadınlara yönelik yapılacak çalışmalarda insana yakışır iş ve mental iyi oluşun önemini ortaya koymuştur. Bu çalışma

ile ilgili bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. Çalışmada sadece çalışan kadınların alınması araştırmanın genellenebilirliği açısından sınırlılık oluşturmaktadır. Aynı araştırma ilerleyen zamanlarda sadece erkekler üzerinde veya her iki cinsiyetin de dahil edildiği çalışmalar yapılarak daha genel sonuçlar elde edilebilir. Yine çalışma sadece İstanbul ilinde çalışan kadınları ele aldığından sınırlılık taşımaktadır. Aynı araştırma Türkiye'nin farklı illerini de dahil edilerek yeniden yapılabilir. Araştırmada elde edilen bulgulardan yola çıkılarak birtakım önerilerde bulunabilir. Öncelikle çalışan kadınların ekonomik gelirlerinin arttırılması için politika yapıcılar tarafından yapısal düzenlemeler yapılabilir. Özellikle eşit işe eşit ücret uygulaması sıkı bir şekilde takip edilerek kadınların mağduriyetlerini giderilebilir. Ayrıca bu çalışma sadece nicel bir çalışmadır. Çalışan kadınların mental iyi oluş ve insana yakışır bir işe sahip olmalarını etkileyen faktörlerin daha ayrıntılı olarak belirlenmesi için nitel veya karma desenler kullanılarak analizler yapılabilir.

## Kaynakça

Ahmed, I. (2003). Decent work and human development. *International Labour Review*, 142(2), 263–271. <https://doi.org/10.1111/j.1564-913X.2003.tb00261.x>

Allan, B.A., Tebbe, E.A., Bouchard, L.M., & Duffy, R.D. (2019). Access to decent and meaningful work in a sexual minority population. *Journal of Career Assessment*, 27, 408–421. <https://doi.org/10.1177/1069072718758064>

Ariza-Montes, A., Giorgi, G., Hernandez-Perlines, F., & Fiz-Perez, J. (2019). Decent work is a necessary condition for sustainable well-being. A tale of Pi(i)gs and farmers. *Sustainability*, 11(4), 1-19. <https://doi.org/10.3390/su11041051>

Aslan, K. (2020). *Kayısı tarımında mevsimlik tarım işçiliği ve insana yakışır iş olanakları açısından durum analizi: Malatya ili araştırması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Autin, K.L., Duffy, R.D., Blustein, D.L., Gensmer, N.P., Douglass, R.P., England, J.W., & Allan, B.A. (2019). The development and initial validation of need satisfaction scales within the psychology of working theory. *Journal Counselin Psychology*, 66(2), 195. <https://doi.org/10.1037/cou0000323>

Başol, O. ve Saruhan, O. (2018). Alışveriş merkezi çalışanlarının çalışma koşullarının insan onuruna yakışır iş bağlamında değerlendirmesi: Nitel bir değerlendirme. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (36), 122-147.

Bayram, N. (2022). *İnsana yakışır işin öznel iyi oluş ve işten ayrılma niyetine etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kars.

Bescond, D., Châtaignier, A., & Mehran, F. (2003). Seven indicators to measure decent work: An international comparison. *International Labour Review*, 142(2), 179–211. <https://doi.org/10.1111/j.1564-913X.2003.tb00258.x>

Blustein, D. L., Masdonati, J., & Rossier, J. (2017). *Psychology and the International Labour Organization: The role of psychology in the Decent Work Agenda*. International Labour Organization. Retrieved from [http://www.ilo.org/global/research/publications/WCMS\\_561013/lang-en/index.htm](http://www.ilo.org/global/research/publications/WCMS_561013/lang-en/index.htm).

Blustein, D. L., Olle, C., Connors-Kellgren, A., & Diamonti, A. J. (2016). Decent work: A psychological perspective. *Frontiers in Psychology*, 7, 407. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00407>

Bustillo, M.R., Fernández-Macías, E., Esteve, F., & Antón, J.I. (2011). E pluribus unum? A critical survey of job quality indicators. *Socio-Economic Review*, 9(3), 447–475. <https://doi.org/10.1093/ser/mwr005>

Büyükçolpan, H. (2023). *Mesleki ve teknik lise öğrencilerinin insana yakışır iş algılarının yordayıcı ve sonuç değişkenleri* (Yayınlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2023). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri* (34. Baskı). Pegem Akademi.

Can, A. (2017). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi* (5. Baskı). Pegem Akademi.

Chen, S.C., Jiang, W., & Ma, Y. (2020). Decent work in a transition economy: an empirical study of employees in China. *Technological Forecasting and Social Change*, 153, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2020.119947>

Cowen, E.L. (1991) In pursuit of wellness. *American Psychologist*, 46(4), 404–408. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.46.4.404>

Demirci, Y.E. ve Anlı, G. (2022). Huzurevinde kalan yaşlıların minnettarlık, mental iyi oluş ve öz anlayış düzeyleri üzerine bir alan çalışması. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 33(3), 937-953. <https://doi.org/10.33417/tsh.1033916>

Demirtaş, S. (2016). *Okul yöneticilerinin psikolojik iyi olma ve örgütsel vatandaşlık davranışları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mevlana Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Diener, E. (1984) Subjective well-being, *Psychological Bulletin*, 95(3), 542- 575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157. <https://doi.org/10.1007/BF01207052>

Diener, E. (2009). Subjective well-being. *The Science Of Well-Being*, 37, 11-58. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6\\_2](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6_2)

Duffy, R. D., Blustein, D. L., Diemer, M. A., & Autin, K. L. (2016). The Psychology of Working Theory. *Journal of Counseling Psychology*, 63(2), 127–148. <https://doi.org/10.1037/cou0000140>



Ergin, K.C. (2020). *Kadınlarda sezgisel yeme ile yeme tutumu ve mental iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Eroğlu, N. (2013). *Psikolojik iyi olma ile topluluk hissi arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Ferrari, L. E. (2009). Decent employment and subjectivity in the workplace: notes for an agenda of labor policies in citizenship terms. *Orientación y Sociedad*, 9, 1–8.

Ferraro, T., Pais, L., dos Santos, N. R., & Moreira, J. M. (2018). The decent work questionnaire (DWWQ): Development and a validation in two samples of knowledge workers. *International Labour Review*, 157(2), 243–265. <https://doi.org/10.1111/ilr.12039>.

Field, A. (2005) Reliability analysis. In: Field, A., Ed., *Discovering Statistics Using SPSS* (2nd Edition). Sage Publishing.

Guichard, J. (2013, November). *Career guidance, education, and dialogues for a fair and sustainable human development*. In Proceedings of the Inaugural Conference of the UNESCO chair of Lifelong Guidance and Counselling. Poland: University of Wrocław.

Gültaş, A.S. (2023). İşgücünde konuşulmayan taraf: Göçmen işçiler, insana yakışır iş ve sosyal güvenlik. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 405-420. <https://doi.org/10.47525/ulasbid.1265713>

Gürkan, U. ve Gür, S. (2019). Genç yetişkinlerde ruhsal iyi oluş düzeyinin depresyonla ilişkisinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(6), 516-536.

İçöz, E. (2023). *İnsana yakışır işin iş tatmini ile ilişkisi 'Kırsal kesim çalışanları üzerine bir araştırma'*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bandırma Onyediy Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.

Jorgensen, B.S., Jamieson, R.D., & Martin, J.F. (2010). Income, sense of community and subjective well-being: Combining economic and psychological variables. *Journal of Economic Psychology*, 31(4), 612-623. <https://doi.org/10.1016/j.joep.2010.04.002>

Kaplan, G.A., Shema, S.J., & Leite, C.M.A. (2008). Socioeconomic determinants of psychological well-being: The role of income, income change, and income sources over 29 years. *Annals of Epidemiology*, 18(7), 531-537. <https://doi.org/10.1016/j.annepidem.2008.03.006>

Karakaş, F. ve Acar, K. (2023). Takım sporcularının mental iyi oluş düzeyleri ile şiddet eğilimleri arasındaki ilişki. *Akdeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 617-629. <https://doi.org/10.38021/asbid.1362641>

Kayış, A., R., & Satıcı, S., A. (2019). Mizahla başa çıkma ile mental iyi oluş arasındaki ilişkide affediciliğin aracılık rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(4), 1495-1504. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.3099>

Keldal, G. (2015). Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe Formu: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 103-115.

Keyes, C., L., Shmotkin, D., & Ryff, C., D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>

Kılıç, C.H. (2009). *Düzgün iş* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kılınçoğlu, B. (2020). *Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık ile mental iyi oluşun incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Kiremitçi, E. (2016). *Üniversite öğrencilerinde mevsimsellik ve öznel iyi oluş ilişkisinin psikolojik semptomlara göre incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.

Kline, R. B. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (4th ed.). Guilford Press.

Kozan, S., Işık, E., & Blustein, D. L. (2019). Decent work and well-being among low-income Turkish employees: Testing the psychology of working theory. *Journal of Counseling Psychology*, 66(3), 317-327. <https://doi.org/10.1037/cou0000342>

Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803-855. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>

Manderscheid, R.W., Ryff, C.D., Freeman, E.J., McKnight-Eily, L.R., Dhingra, S., & Strine, T.W. (2010). Evolving definitions of mental illness and wellness. *Preventing Chronic Disease*, 7(1), 1-6. <http://www.cdc.gov/pcd/>

McCrea, K. (2009). *Mental well-being. neurodiversity in higher education: Positive responses to specific learning differences* (D. Pollak, Ed.). John Wiley & Sons

Myers, D., G., & Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological Science*, 6(1), 10-19. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x>

Öztürk, F. (2022). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.

Palaz, S. (2005). Düzgün iş kavramı ve ölçümü: Türkiye ve OECD ülkelerinin bir karşılaştırması. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, 50, 479-505

Paul, K. I., & Moser, K. (2009). Unemployment impairs mental health: Meta-analyses. *Journal of Vocational Behavior*, 74(3), 264–282. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.01.001>

Patton, M. Q. (2014). *Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri*. (M. Bütün ve S. Beşir Demir, Çev Editörleri). Pegem Akademi.

Petrea, I.C. (2020). *The effect of work meaning on the relationship between decent work and subjective well-being* (Unpublished Master's Thesis). Université de Lausanne Faculté Des Sciences Sociales et Politiques Institut de Psychologie, Switzerland.

Pouyaud, J. (2016). For a psychosocial approach to decent work. *Frontiers in Psychology*, 7, 422. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00422>

Ryff, C. D. (2016). *Beautiful ideas and the scientific enterprise: Sources of intellectual vitality in research on eudaimonic well-being*. In *Handbook of eudaimonic wellbeing*. Vittersø, J. (Ed.). Springer.

Ryff, C.D., & Singer, B. (1998) The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-28. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_1)

Ryan, R.M. and Deci, E.L. (2000) Self-determination theory and facilitating intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>

Söner, O. & Yılmaz, O. (2020). Özel eğitim sınıflarında görev yapan öğretmenlerin psikolojik iyi oluşları ve tükenmişlik düzeyleri. *Trakya Eğitim Dergisi*, 10(3), <https://doi.org/668-682.10.24315/tred.599742>

Söner, O. ve Yılmaz, O. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (13), 59-73.

Stewart-Brown, S. (2013). *The Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS): Performance in different cultural and geographical groups*. Springer Netherlands.

Swanson, J. L. (2012). Work and psychological health. In APA handbook of counseling psychology, Vol. 2: *Practice, interventions, and applications*. (pp. 3–27). American Psychological Association.

Syrén, S.M., Kokko, K., Pulkkinen, L., Pehkonen, J. (2020). Income and mental well-being: Personality traits as moderators. *Journal of Happiness Studies*, 21, 547-571. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00076-z>

Şahin, A. (2019). *Zihinsel yetersizliği olan çocuğa sahip annelerin aile yükünün mental iyi oluş üzerine etkisinde stresle başa çıkma ve ebeveyn öz yeterliliğin aracı rolü* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Şahin Baltacı, H., Özkılıç, I., Küçüker, D. ve Altan, T. (2023). Covid-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinde mental iyi oluşun yordayıcıları. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (65), 288-313. [10.21764/mauefd.1015334](https://doi.org/10.21764/mauefd.1015334)

Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J., & Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(1), 50-63. doi:10.1186/1477-7525-5-63.

Uysal, F. (2022). *Lise öğretmenlerinin örgütsel mutluluk ve mental iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Alaaddin Keykubat Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antalya.

Wanberg, C. R. (2012). The Individual Experience of Unemployment. *Annual Review of Psychology*, 63(1), 369–396. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-120710-100500>

Wan, W., & Cao, T. (2022). Linking decent work and well-being among chinese millennial employees: a psychology of working perspective. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.909423>

Veenhoven, R. (2013). *Data-book of happiness: a complementary reference work to 'conditions of happiness' by the same author*. Springer Science & Business.

Westerhof, G.J., & Keyes, C.L. (2010). Mental illness and mental health: The two continua model across the lifespan. *Journal of Adult Development*, 17(2), 110–119. <https://doi.org/10.1007/s10804-009-9082-y>

Wicaksono, P., & Priyadi, L. (2016). Decent work in global production network: Lessons learnt from the Indonesian Automotive Sector. *Journal of Southeast Asian Economies*, 33(1), 95–110. <https://doi.org/10.1355/ae33-lf>.

Yao, C., Parker, J., Arrowsmith, J., & Carr, S. C. (2017). The living wage as an income range for decent work and life. *Employee Relations*, 39(6), 875–887. <https://doi.org/10.1108/ER-03-2017-0071>

Yılmaz, S. (2022). *Üniversite öğrencilerinde mental iyi oluş ile sanal dışlanma arasındaki ilişkide yalnızlığın aracı rolü* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Yılmaz, H., & Büyükcebeci, A. (2019). Aidiyet ile mental iyi oluş arasındaki ilişkide çocukluk dönemi mutluluk ve huzur anılarının aracı rolü. *Adam Academy Journal of Social Sciences/Adam Akademi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1), 203-228.